**Аннотация**

**Направленность**: спортивно-оздоровительная.

**Уровень программы:** стартовый (предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы)

**Новизна** курса «История физической культуры и основы олимпийского образования» заключается в выстраивании единой линии занятий с обучающимися среднего звена. Занятия проходят не только в форме беседы, но и в форме игры, и тренинга, что создаёт наиболее благоприятную атмосферу для лучшего усвоения и восприятия материала.

Играя, обучающиеся быстрее овладевают высокими общественными мотивами поведения, учатся подчинять свое поведение правилам.

**Актуальность** программы является одним из приоритетных направлений нашего государства и современного образования, укрепление здоровья нации и особенно подрастающего поколения.

Проблема сохранения здоровья подрастающего поколения чрезвычайно важна в связи с резким снижением процента здоровых детей. Огромную роль в становлении человека как личности играет образ его жизни, который, в свою очередь, зависит от образа мышления и сформированных жизненных установок. Здоровый образ жизни должен стать потребностью каждого современного человека. В системе жизненных ценностей на первом месте должны стоять здоровье и необходимость его сохранения и укрепления. Только здоровый ребёнок может успешно учиться, продуктивно проводить свой досуг, стать в полной мере творцом своей судьбы.

Ключевым критерием психологического здоровья ребёнка является его успешная адаптация к социуму: наличие коммуникативных навыков, умение устанавливать атмосферу дружелюбия, умение распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей.

**Отличительные особенности программы:** специфика данного курса обусловлена возрастными особенностями, психологическими новообразованиями и потребностями обучающихся на данном этапе возрастного развития.

Изучение элективного курса «История физической культуры и основы олимпийского образования» охватывает разделы: «История развития физической культуры и спорта в России» и «Основы олимпийского образования».

В разделе «История развития физической культуры и спорта в России» прослеживается эволюция физической культуры и спорта с древнейших времен до наших дней на разных этапах развития страны. История физической культуры рассматривает физическую культуру и спорт как органическую часть всей человеческой культуры, воспитания, образования и оздоровления людей, подготовки к трудовой и военной деятельности.

В разделе «Основы олимпийского образования» раскрывается история зарождения олимпийских игр, основные этапы становления и развития современного олимпийского движения, его основополагающие принципы и идеалы.

В результате коммуникации осуществляется познавательная предметная деятельность, формируются важнейшие навыки межличностного общения и нравственного поведения.

##### Адресат программы:

Программа предназначена для обучающихся 13-15 лет. Курс ориентирован на социальную адаптацию и не предусматривает наличия определенных умений и навыков.

Наполняемость групп: 15-20 человек.

Группы могут быть как одновозрастные, так и разновозрастные.

**Срок реализации программы и объем учебных часов:** Срок реализации: программа рассчитана на 1 года обучения. Объем программы: 34 часов.

**Форма обучения:** очная.

**Особые условия реализации программы:** программа реализуется с использованием дистанционных технологий и современных информационных технологий.

##### Режим занятий.

Общее количество часов в неделю – 1 час.

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 часу. Продолжительность одного академического часа –40 мин.

**Цель программы**: формирование научного мировоззрения и физической культуры школьников на культурно-исторических традициях отечественной системы физической культуры и олимпийского спорта.

**Задачи программы:**

*Обучающие:*

* раскрыть значение, роль и место физической культуры и спорта в жизни общества на разных этапах его развития;
* показать становление и развитие физической культуры в России в разные периоды существования государства;
* способствовать повышению общей культуры, расширению кругозора, углублению олимпийских знаний.

#### Воспитательные:

* Воспитание отношение к спортивным играм как к серьезным, полезным и нужным занятиям, имеющим спортивную и творческую направленность;формирование уважительного отношения к культуре других народов;

### Воспитание настойчивости, целеустремленности, находчивости, внимательности, уверенности, воли, трудолюбия, коллективизма;

* Выработка у обучающихся умения применять полученные знания на практике.

*Развивающие:*

### развитие стремления детей к самостоятельности;

* Развитие физических качеств и способностей, обучающихся: самостоятельно применять игры в повседневной жизни; умение судить и производить подсчет игры;

### Осуществление всестороннего физического развития воспитанников